

<<家常炒菜>>

图书基本信息

书名：<<家常炒菜>>

13位ISBN编号：9787802313767

10位ISBN编号：7802313767

出版时间：2008-1

出版时间：7-80231

作者：吴杰

页数：232

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<家常炒菜>>

### 内容概要

本书是“家常菜谱系列丛书”之《家常炒菜》。

炒是家庭厨房中最常采用的烹调方法，适用于各类烹饪原料，以其制作简便，成熟快捷，成菜鲜嫩、滑脆、干香，而深受人们的喜爱。

本书共精选300款营养丰富、搭配合理、制作简便、口味鲜美且非常适合广大家庭学习制作的美味家常炒菜，其中有久负盛名的传统菜，也有流传广泛的创新菜，且南北东西风味兼顾，并以简洁的文字、生动的笔法，对每款菜肴的用料配比、制作方法、器皿的搭配、花色的点缀，以及个别菜肴的上桌注意事项、品尝注意事项等，均做了具体的说明和阐述。

其最优于国内同类书籍之妙处，是我们把烹调技艺中的行业术语，以最通俗易懂的表达方式传递给读者，使读者能够在轻松的阅读、愉快的烹制过程中了解和掌握中国精美的烹调技艺。

本书不仅适合广大家庭学习制作，而且是各种厨师培训班、烹饪学校难得的教学参考书，也适合机关、企事业单位及大中专院校、中小学校、幼儿园的食堂参考使用。

## <<家常炒菜>>

### 作者简介

吴杰，大学毕业，国家特一级烹饪师，中国烹饪职业技能鉴定考评员（国家评委），高级营养师。曾在全国烹饪大赛中获金牌。

多年来专注于饮食文化的研究及烹饪教学工作，为全国各地培养出一批优秀烹饪人才，创新设计了数百例风味菜肴及面点。

先后出版了《中国著名菜系精选教

<<家常炒菜>>

书籍目录

炒菜的技巧熟炒鸡生炒鸡抓炒鸡条椒麻仔鸡板栗炒仔鸡香糟滑炒鸡嫩姜炒鸡脯芙蓉鸡片三彩鸡片三珍炒鸡片木耳菜炒鸡片麻辣鸡丁脆瓜鸡丁陈皮鸡丁花生炒鸡丁豌豆鸡丁嫩豌豆炒鸡米三丁炒鸡虾银芽炒鸡丝什锦炒双丝炒回锅肉 鱼香肉丝肉丝炒青椒肉丝炒榨菜五彩肉丝三鲜炒肉丝翡翠麻辣里脊腐竹炒肉片熟肉炒三蔬青笋辣肉丁彩椒辣肉丁翠菇牛柳豉椒牛柳干煸牛肉丝菜心炒牛肉.....

## &lt;&lt;家常炒菜&gt;&gt;

## 章节摘录

炒菜的技巧：炒，就是把原料改刀成丁、条、丝、片等形状，有的直接生炒，有的需上浆、挂糊等，经焯、煮、蒸、滑、炸、煎等初步熟处理后，再用少量油翻炒至熟的一种方法。

炒适用于制作各种不同原料的菜肴，是中式烹调中最常用的一种烹调方法。

炒主要分为生炒、熟炒、滑炒、干炒、抓炒、爆炒、软炒、清炒、小炒。

(1) 生炒是把改刀后不经焯、煮、上浆、挂糊的原料下入旺火热油锅内炒至六七成熟，再下入配料、调料翻炒成熟的一种方法。

有的原料形状较大，或不太易熟，也可在炒制时放入适量的汤或水炒熟出锅，有的可勾点薄芡。

(2) 熟炒是把原料加工成半熟或全熟品，放入有少量油的热油锅内煸炒，再加入配料、调料或少量汤汁翻炒出锅的一种方法。

熟炒的原料一般不上浆挂糊，出锅前有的可勾点薄芡。

成菜特点是鲜美浓香，如回锅肉等。

(3) 滑炒是把经刀工处理后的动物性原料加调味品入味后再加蛋液和淀粉拌匀上浆，下入四成热油中快速拨散，滑熟后放入有少量油的热锅内，加配料及调味汁迅速翻匀出锅的一种方法。

滑炒要注意原料上浆不能太厚，滑油时油温不能太高，约在120℃。

滑炒菜大多是提前把味汁调好，烹汁炒匀后要尽快出锅，以免影响成品菜的口感。

滑炒菜的特点是滑嫩香鲜，如滑炒里脊、滑炒鱼片等。

(4) 干炒是把改刀后的原料经过腌渍入味或不入味，放入加有少量油的热锅内，炒至外表微黄时，下入配料、调料炒熟出锅的一种方法。

干炒要掌握的要点是原料不上浆、不挂糊，原料中的水分要炒干，才能加配料、调料，不加汤或水，出锅时不勾芡。

## <<家常炒菜>>

### 编辑推荐

《家常炒菜》不仅适合广大家庭学习制作，而且是各种厨师培训班、烹饪学校难得的教学参考书，也适合机关、企事业单位及大中专院校、中小学校、幼儿园的食堂参考使用。

<<家常炒菜>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>